

主编 魏庆芳 王 洁

常见内分泌代谢病 解难答疑

CHANGJIAN NEIFENMI DAIXIEBING JIENAN DAYI



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS



常见内分泌代谢病

解 难 答 疑

CHANGJIAN NEIFENMI DAIXIEBING JIENAN DAYI

主 编 魏庆芳 王 洁

编 者 (以姓氏笔画为序)

王 月 王知宇 王佳琳 朱小珍

李佳若 杨东田 张 茵 张天海

林福来 孟 红 胡美惠 高华林

董永春 曾福来 蔡林和



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

图书在版编目 (CIP) 数据

常见内分泌代谢病解难答疑 / 魏庆芳, 王洁主编. —北京: 人民军医出版社, 2011. 5

ISBN 978-7-5091-4717-7

I. ①常… II. ①魏…②王… III. ①常病病: 内分泌病—诊疗—问题解答②常见病: 代谢病—诊疗—问题解答 IV. ①R58-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 055386 号

策划编辑: 于哲 文字编辑: 周丹 责任审读: 吴然

出版人: 石虹

出版发行: 人民军医出版社 经销: 新华书店

通信地址: 北京市 100036 信箱 188 分箱 邮编: 100036

质量反馈电话: (010) 51927290; (010) 51927283

邮购电话: (010) 51927252

策划编辑电话: (010) 51927300-8052

网址: www.pmmp.com.cn

印、装: 中国农业出版社印刷厂

开本: 710mm×1010mm 1/16

印张: 12.5 字数: 178 千字

版、印次: 2011 年 5 月第 1 版第 1 次印刷

印数: 0001~3000

定价: 27.00 元

版权所有 侵权必究

购买本社图书, 凡有缺、倒、脱页者, 本社负责调换



内 容 提 要

S U M M A R Y

<<<<<< 常见内分泌代谢病解难答疑

本书从内分泌系统的结构和功能讲起，阐述了常见疾病的诊疗常识，包括甲状腺疾病、糖尿病、痛风和高尿酸血症、骨质疏松等疾病，及其与肥胖、代谢综合征、心脑血管疾病的关系。全书以问答形式编写，共370问，不但讲解了上述多种疾病的病因、临床表现、危害、治疗方法、饮食及运动等的生活调养，还论述了疾病之间的相互关系，以提醒人们关注自身健康。本书论述简明扼要，语言通俗易懂，内容丰富，结合了内分泌代谢疾病防治方面的多个标准指南，从多角度、多方面解答了读者关心的问题，适合家庭使用。



前 言

PREFACE

<<<<<< 常见内分泌代谢病解疑难

内分泌系统是除神经系统以外人体的另一重要的调节系统，通过激素对人体的新陈代谢、生长发育、生殖等发挥重要的作用。近年来，由于人们生活水平提高、生活方式改变以及其他多种因素，内分泌代谢疾病发病率有增高趋势。

糖尿病是一组以慢性血葡萄糖（简称血糖）水平增高为特征的代谢性疾病，是由于胰岛素分泌和（或）作用缺陷导致的长期糖类以及脂肪、蛋白质代谢紊乱并引起多系统损害，导致眼、肾、神经、心、血管等组织器官的慢性进行性病变、功能减退及衰竭；病情严重或应激时可发生急性严重代谢紊乱，如糖尿病酮症酸中毒、非酮症高血糖-高渗性昏迷等，使患者生活质量显著降低，寿命缩短，病死率升高，应尽早积极防治。目前发达国家糖尿病患病率已高达 5%~10%，发展中国家发病率则增加更快。在我国，糖尿病人数正在以惊人的速度急剧增加，糖尿病已成为继心脑血管疾病、肿瘤之后的第三大严重危害人们健康的慢性非传染性疾病。据统计，到目前为止我国 2 型糖尿病患者已近 4 000 万，每年至少增加 120 万人，每天至少增加 3 000 人。糖尿病不仅给患者本身带来了痛苦，更给家庭和社会造成了巨大的负担。

古代西方人将痛风称为“帝王病”“富贵病”，这是因为痛风多发生

在帝王将相等富人阶层。随着人们饮食结构的改变，食物中高蛋白、高嘌呤、高脂肪的摄入量增多，工作节奏加快以及运动减少，痛风发病率逐年升高，尤其沿海城市发病率更高。目前痛风在我国已经成为仅次于糖尿病的第二大代谢性疾病。糖尿病、高尿酸血症的痛风都与生活方式有关，与代谢综合征有着密切的关系。

甲状腺功能亢进症是指甲状腺本身产生甲状腺素过多而引起的甲状腺毒症，是一种常见的内分泌疾病。甲状腺功能亢进症也可引起心、肝、肾等多种脏器的损害和诱发多种并发症，对身体损害很大。

以上这些内分泌代谢疾病常可以并发，如糖尿病伴发痛风、甲状腺功能亢进症伴发糖尿病等，也常伴发其他常见慢性病，如高血压、高脂血症、肥胖和超重等，从而给病情的治疗和控制带来了困难。

本书主要介绍以上疾病诊疗方面的知识，既包括病因、表现、检查、用药等较为专业的知识，也包括如何从日常生活入手，通过饮食、合理运动、起居等方面防控疾病的常识，内容力求深入浅出，语言力求生动简洁，在疾病的防治上，防治结合、以防为主、重点突出，希望在本书的帮助下，您能早日摆脱疾病的烦恼！

编者

2011年1月



目 录

CONTENTS

<<<<<< 常见内分泌代谢病解难答疑

基础知识篇	1
1. 人体内分泌系统是如何组成的？有何功能？	1
2. 什么是甲状腺？位置如何？	1
3. 甲状腺的重量是多少？	2
4. 甲状腺的血液如何供应？	2
5. 什么是甲状腺激素？	2
6. 甲状腺激素有何作用？	3
7. 什么是促甲状腺激素？	4
8. 胰腺有何功能？	4
9. 何谓胰腺的外分泌功能？	4
10. 什么是胰岛？	5
11. 胰岛分泌哪些激素？	5
12. 什么是血糖？	6
13. 血糖如何储存和利用？	6
14. 什么是肾上腺？	6
15. 什么是肾上腺皮质激素？	6
16. 肾上腺糖皮质激素有何功能？	7



17. 什么是肾上腺糖皮质激素? 7

18. 肾上腺皮质分泌哪些性激素? 8

19. 肾上腺髓质分泌哪种激素? 8

20. 什么是垂体? 8

21. 什么是性激素? 有何作用? 9

22. 雄激素有何作用? 9

23. 雌激素有何作用? 10

24. 什么是松果体? 有何功能? 10

疾病篇..... 11

(一) 甲状腺功能亢进症..... 11

25. 什么是甲状腺功能亢进症? 11

26. 甲状腺功能亢进症如何分类? 12

27. 甲状腺功能亢进症有何临床表现? 12

28. 甲状腺毒症有何表现? 12

29. “突眼”如何表现? 13

30. 甲状腺本身有何改变? 14

31. 什么是甲状腺功能亢进症性高血压? 14

32. 什么是甲状腺功能亢进症性心脏病? 14

33. 甲状腺功能亢进症患者血糖为何升高? 15

34. 甲状腺功能亢进症并发糖尿病有几种情况? 15

35. 如何诊断甲状腺功能亢进症伴发糖尿病? 16

36. 什么是甲状腺功能亢进症危象? 16

37. 甲状腺功能亢进症患者应该做哪些检查? 17

38. 甲状腺功能亢进症治疗方法都有哪些? 19

39. 甲状腺功能亢进症能不治而自愈吗? 19

40. 甲状腺功能亢进症药物治疗有何适应症? 疗程如何? 19

41. 抗甲状腺功能亢进症药物有何不良反应? 20

42. 甲状腺功能亢进症治疗有哪些停药指征? 21



43. 如何选择抗甲状腺药物?21
44. 甲状腺功能亢进症药物治疗还应注意哪些问题?21
45. 丙硫氧嘧啶如何应用?22
46. 甲巯咪唑如何应用?23
47. 使用甲巯咪唑应注意哪些问题?23
48. 卡比马唑如何应用?23
49. 什么是放射性碘治疗?24
50. 放射碘治疗有何适应证及禁忌证?24
51. 甲状腺功能亢进症手术治疗有何适应证、禁忌证及
并发症?24
52. 甲状腺功能亢进症患者术后如何护理?25
53. 甲状腺手术可能出现哪些并发症?25
54. 浸润性突眼如何治疗?26
55. 如何应对甲状腺功能亢进症性心脏病?26
56. 甲状腺功能亢进症并发糖尿病怎样治疗?27
57. 甲状腺功能亢进症患者需多久复诊一次?28
58. 甲状腺功能亢进症患者妊娠有何危害?28
59. 妊娠期甲状腺功能亢进症如何治疗?28
60. 甲状腺功能亢进症患者妊娠应注意哪些问题?29
61. 甲状腺功能亢进症患者如何摄取营养?29
62. 甲状腺功能亢进症患者如何摄取足够能量?30
63. 甲状腺功能亢进症患者如何摄入足够蛋白质?30
64. 甲状腺功能亢进症患者如何摄取足够维生素?31
65. 甲状腺功能亢进症患者如何避免摄入过多的碘?32
66. 甲状腺功能亢进症患者日常饮食应注意什么?33
67. 老年人甲状腺功能亢进症的临床特点有哪些?33
68. 老年人甲状腺功能亢进症易被误诊为哪些疾病?34
69. 甲状腺功能亢进症患者在生活中还应注意哪些问题?35



(二) 其他甲状腺病	35
70. 什么是单纯性甲状腺肿?	35
71. 单纯性甲状腺肿可导致哪些压迫症状?	36
72. 单纯性甲状腺肿实验室检查有何特点?	36
73. 单纯性甲状腺肿如何治疗?	36
74. 什么是甲状腺炎? 如何分类?	37
75. 亚急性甲状腺炎的病因是什么?	37
76. 亚急性甲状腺炎有何临床表现?	37
77. 亚急性甲状腺炎如何治疗?	38
78. 什么是慢性淋巴细胞性甲状腺炎?	38
79. 慢性淋巴细胞性甲状腺炎有何表现?	38
80. 如何诊断及治疗慢性淋巴细胞性甲状腺炎?	38
81. 什么是甲状腺功能减退症?	39
82. 成年人甲状腺功能减退症有何表现?	39
83. 如何诊断和治疗甲状腺功能减退症?	40
84. 甲状腺疾病患者如何合理饮食?	40
(三) 糖尿病	42
85. 什么是胰岛素?	42
86. 胰岛素是如何分泌的?	42
87. 胰岛素的合成如何调节?	43
88. 胰岛素有何作用?	43
89. 胰岛素如何调节糖类代谢?	43
90. 胰岛素如何调节脂肪代谢?	44
91. 胰岛素如何调节蛋白质代谢?	44
92. 胰岛素还具有哪些作用?	44
93. 缺乏胰岛素会导致什么后果?	44
94. 血糖有哪些来源?	44
95. 什么是糖尿病?	45
96. 世界范围内糖尿病流行趋势如何?	45



97. 我国糖尿病流行病学的现状如何?	45
98. 什么是1型糖尿病?	46
99. 什么是2型糖尿病?	46
100. 什么是胰岛素抵抗?	46
101. 哪些人群易患糖尿病?	47
102. 如何确诊糖尿病?	47
103. 糖尿病需要做哪些检查?	48
104. 什么是尿糖?	48
105. 尿糖与血糖有何关系?	48
106. 空腹血糖测试有何意义?	49
107. 随机血糖测试有何意义?	49
108. 什么是口服葡萄糖耐量试验?	49
109. 糖化血红蛋白检查有何意义?	49
110. 有哪些检查可以反映过去的血糖值?	50
111. 糖尿病有何危害?	50
112. 糖尿病都有哪些临床表现?	51
113. 糖尿病多尿有何表现?	52
114. 糖尿病多饮有何表现?	52
115. 糖尿病多食有何表现?	52
116. 糖尿病为何体重减轻?	52
117. 何谓糖尿病酮症酸中毒?	53
118. 何谓非酮症高渗性糖尿病昏迷?	53
119. 什么是糖尿病乳酸酸中毒?	54
120. 什么是低血糖症?	54
121. 如何治疗和预防低血糖?	55
122. 何谓糖尿病脑血管病变?	55
123. 如何预防糖尿病脑血管病变?	56
124. 糖尿病冠心病有何特点?	56
125. 如何治疗和预防糖尿病冠心病?	57



126. 什么是动脉粥样硬化?57
127. 糖尿病患者如何应对动脉粥样硬化?59
128. 动脉粥样硬化非药物治疗措施有哪些?59
129. 如何应对下肢动脉硬化闭塞症?60
130. 何谓糖尿病神经病变?61
131. 如何应对糖尿病神经病变?61
132. 如何应对直立性低血压?62
133. 何谓糖尿病视网膜病变?63
134. 糖尿病视网膜病变如何治疗?63
135. 如何预防糖尿病视网膜病变?64
136. 如何应对糖尿病白内障?64
137. 如何应对糖尿病青光眼?64
138. 何谓糖尿病肾病?65
139. 糖尿病肾病如何治疗?65
140. 糖尿病患者为什么容易感染?66
141. 糖尿病患者如何防止感染?67
142. 何谓糖尿病足?67
143. 如何治疗糖尿病足?67
144. 糖尿病患者如何进行足部皮肤护理?68
145. 糖尿病皮肤摩擦伤后如何护理?68
146. 糖尿病患者如何选择鞋袜?68
147. 糖尿病治疗的原则和内容是什么?69
148. 糖尿病教育内容包括哪些?69
149. 血糖控制目标值是多少?70
150. 如何进行血糖监测?70
151. 血糖监测应注意哪些问题?71
152. 糖尿病何时开始药物治疗?72
153. 口服降糖药如何分类?72
154. 磺脲类降糖药有何作用?72



155. 磺脲类降糖药适应证如何? 如何使用?73
156. 甲苯磺丁脲(D₈₆₀)如何应用?73
157. 氯磺丙脲如何应用?73
158. 格列本脲(优降糖)如何应用?74
159. 格列齐特如何应用?74
160. 格列吡嗪如何应用?75
161. 格列喹酮(糖适平)如何应用?75
162. 格列波脲如何应用?76
163. 格列美脲如何应用?76
164. 噻唑烷二酮类药物如何降糖?76
165. 噻唑烷二酮类药物适应证如何?77
166. 罗格列酮(文迪雅)如何应用?77
167. 吡格列酮(卡司平、艾汀、艾可托)如何应用?77
168. 双胍类药物如何降糖?77
169. 双胍类药物适应证如何?77
170. 苯乙双胍(降糖灵)如何应用?78
171. 二甲双胍如何应用?78
172. α -糖苷酶抑制剂如何降糖?78
173. 阿卡波糖(拜糖平)如何应用?79
174. 伏格列波糖(倍欣)如何应用?79
175. 格列奈类药物如何降糖? 如何使用?79
176. 瑞格列奈(诺和龙)如何应用?80
177. 那格列奈如何应用?80
178. 胰岛素治疗有何意义?81
179. 临床应用的胰岛素如何分类?81
180. 胰岛素注射部位如何?81
181. 什么是胰岛素笔?81
182. 什么是胰岛素泵?82
183. 短效胰岛素如何应用?82



184. 中效胰岛素如何应用?83
185. 长效胰岛素如何应用?83
186. 超短效胰岛素如何应用?83
187. 超长效胰岛素如何应用?83
188. 什么是混合(预混)胰岛素?84
189. 预混胰岛素有何优势?84
190. 糖尿病饮食疗法有何意义?84
191. 糖尿病饮食治疗原则是什么?84
192. 糖尿病时如何控制热量摄入?85
193. 糖尿病饮食疗法——学会计算热量85
194. 糖尿病患者如何合理摄入糖类?87
195. 什么是“食物升糖指数”?87
196. 糖尿病患者为何要保证优质蛋白摄入?87
197. 糖尿病患者如何补充维生素?88
198. 糖尿病患者为何要摄入充足的钙?88
199. 糖尿病患者为何要增加膳食纤维的摄入?89
200. 糖尿病患者如何控制主食总量?89
201. 糖尿病患者如何吃薯类?90
202. 糖尿病患者如何吃肉类食物?90
203. 糖尿病患者如何吃鸡蛋?91
204. 糖尿病患者如何使用烹调油?92
205. 糖尿病患者为何要少吃零食?92
206. 糖尿病患者如何规律进餐?93
207. 糖尿病患者为何要早吃早餐和晚餐?93
208. 糖尿病患者怎样饮水?94
209. 糖尿病患者为何宜每天吃大豆制品?94
210. 糖尿病患者如何吃水果?95
211. 糖尿病患者为何要限制饮酒?95
212. 如何对待人工甜味剂?96



213. 糖尿病患者能吃糖吗?97
214. 糖尿病患者为何要控制食盐的摄取?98
215. 减少食盐摄入有哪些技巧?98
216. 糖尿病患者为何要多食含铬食品?99
217. 糖尿病患者为何要补充含镁食品?100
218. 糖尿病患者为何要补充含锌食物?100
219. 糖尿病患者为何要补充B族维生素?101
220. 体育运动对糖尿病有何意义?102
221. 哪些运动适合糖尿病患者?102
222. 散步如何健身?103
223. 慢跑如何健身?103
224. 太极拳如何健身?104
225. 骑车如何健身?104
226. 游泳如何健身?105
227. 打乒乓球如何健身?106
228. 打羽毛球如何健身?106
229. 登高如何健身?106
230. 如何给糖尿病患者开运动处方?107
231. 哪些糖尿病患者禁止运动?108
232. 运动时如何注意低血糖的发生?108
233. 糖尿病患者运动后应注意什么?108
234. 如何保护病变器官?109
235. 什么是糖尿病高危人群?109
236. 什么是糖耐量减低?110
237. 糖耐量受损的患者要注意什么?110
238. 什么是妊娠糖尿病?111
239. 如何筛查妊娠糖尿病?111
240. 妊娠糖尿病如何治疗?111
241. 得了糖尿病, 为何要戒烟?112



242. 糖尿病患者出差和旅游应注意什么?112
243. 海外旅行时如何使用药物?113
244. 精神压力对糖尿病有何危害?114
245. 如何缓解压力?114
- (四) 痛风和高尿酸血症**.....115
246. 什么是痛风?115
247. 尿酸、嘌呤、核苷酸有何关系?115
248. 体内尿酸来源如何?115
249. 尿酸在体内是如何分解和排泄的?116
250. 尿酸值的正常范围是多少?117
251. 哪些情况可引起尿酸值的变动?117
252. 什么是高尿酸血症? 如何分型?118
253. 高尿酸血症如何治疗?119
254. 如何判断痛风和高尿酸血症的类型?119
255. 痛风为何被称为“帝王病”“富贵病”?120
256. 现今痛风流行趋势如何?120
257. 为何男性易患痛风?121
258. 痛风发病为何呈年轻化趋势?121
259. 高尿酸血症与痛风有何关系?122
260. 急性痛风性关节炎有何表现?122
261. 急性痛风性关节炎发病诱因有哪些?123
262. 为什么痛风性关节炎好发于小关节?123
263. 什么是痛风石?124
264. 痛风性肾病是如何引起的?125
265. 痛风性肾病有何表现?125
266. 什么是痛风尿路结石?126
267. 痛风还可以引起哪些病变?127
268. 得了痛风需做哪些检查?127
269. 尿酸测定需要注意哪些问题?128



270.	24 小时尿尿酸总量测定有何意义?	129
271.	痛风的诊断标准如何?	130
272.	痛风治疗的目的是什么?	130
273.	痛风急性发作期如何治疗?	130
274.	痛风间歇发作期如何治疗?	131
275.	治疗痛风的药物有哪些?	133
276.	秋水仙碱有何作用? 如何应用?	133
277.	使用秋水仙碱有哪些注意事项?	134
278.	阿扎丙宗有何作用? 如何应用?	134
279.	别嘌醇有何作用? 如何应用?	134
280.	使用别嘌醇需要注意哪些问题?	135
281.	丙磺舒有何作用? 如何应用?	135
282.	应用丙磺舒需要注意哪些问题?	136
283.	磺吡酮有何作用? 如何应用?	136
284.	苯溴马隆有何作用? 如何应用?	137
285.	饮食调养对痛风有何意义?	138
286.	痛风急性期如何控制饮食?	138
287.	痛风缓解期如何控制饮食?	139
288.	哪些食物含极高嘌呤?	139
289.	哪些食物含大量嘌呤?	140
290.	哪些食物含中等量嘌呤?	140
291.	哪些食物含嘌呤极少或无嘌呤?	140
292.	痛风患者如何饮水?	141
293.	痛风患者如何选择蔬菜?	142
294.	痛风患者如何选择动物性食品?	142
295.	痛风患者如何吃鸡蛋和牛奶?	142
296.	痛风患者如何吃豆类?	143
297.	痛风患者如何选择食用油?	143
298.	痛风患者如何选择调味品和糕点?	144